

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS KETEPATAN TENDANGAN PENALTI
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI
PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI KEPEK**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Kolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani

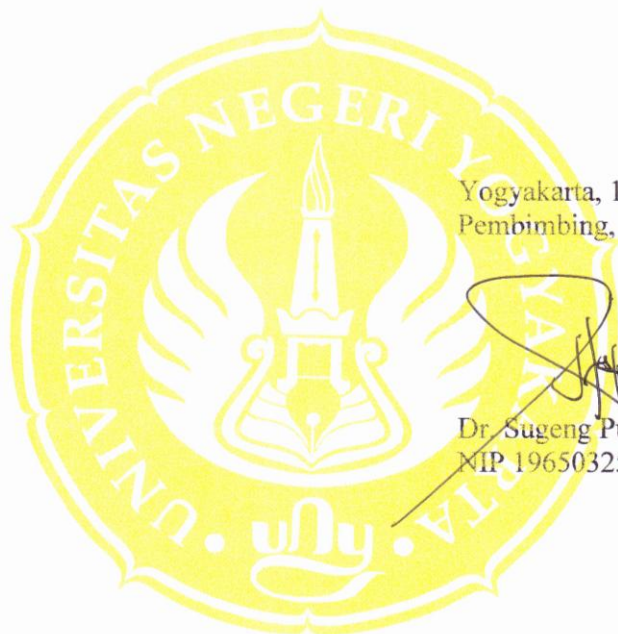


Oleh
Alifudin Aji Nurzamani
NIM 09604224057

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKELTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Efektivitas Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek” yang disusun oleh Alifudin Aji Nurzamani, NIM 09604224057 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, 10 September 2013
Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Sugeng Purwanto", is written over the stamp.

Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd.
NIP 19650325 200501 1 002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.



Yogyakarta, September 2013
Yang menyatakan,

Alifudin Aji Nurzamani
NIM 09604224057

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Efektivitas Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek” yang disusun oleh Alifudin Aji Nurzamani, NIM 09604224057 ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 16 Oktober 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd.	Ketua Penguji		24/10/2013
Tri Ani Hastuti, M. Pd.	Sekretaris Penguji		24/10/2013
Nurhadi Santoso, M. Pd.	Anggota III		24/10/2013
Agus Susworo DM, M. Pd.	Anggota IV		23/10/13

Yogyakarta, Oktober 2013
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Plt. Dekan,



Drs. Sumarjo, M. Pd.
NIP 19631217 199001 1 002

MOTTO

Mens sana in corpore sano

“di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat”.

(Decimus Iunius Juvenalis)

Seorang juara hanya berpikir bagaimana caranya untuk menang.

(<http://www.embunsyurga.com/2013/02/contoh-kata-kata-slogan-olahraga.html>)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan penulis untuk mereka yang telah memberikan banyak inspirasi.

1. Kedua orangtua (Ibu Sulastri dan Bapak Ali Masruri, S. Pd.), yang senantiasa selalu memberikan yang terbaik untuk penulis dengan segenap pengorbanan, kasih sayang, dan doa agar penulis menjadi orang yang berhasil.
2. Adik-adikku tersayang dan semua keluarga yang selalu memberikan semangat dan do'a untuk menyelesaikan karya ini.
3. Orang di dekatku Isnani, terima kasih atas bantuan dan dorongan semangat menyelesaikan skripsi ini.

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS KETEPATAN TENDANGAN PENALTI
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI
PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI KEPEK**

Oleh
Alifudin Aji Nurzamani
NIM 09604224057

ABSTRAK

Tendangan penalti di SD Negeri Kepek masih jarang mendapat perhatian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki, dan untuk mengetahui mana yang lebih baik antara penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek.

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif dengan metode survei dengan pendekatan tes dan pengukuran. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek yang berjumlah 24 siswa. Objek penelitian adalah ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Teknik pengambilan data menggunakan survei, instrumen yang digunakan tes kecakapan bermain bola.

Hasil *uji t* diperoleh t_{hitung} sebesar 2,568 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 2,064 ($2,568 > 2,064$). Ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan efektivitas tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek. Nilai rerata tendangan penalti dengan kaki bagian dalam sebesar 15,833, dengan punggung kaki sebesar 14,000, sehingga disimpulkan bahwa efektivitas tendangan penalti dengan kaki bagian dalam lebih baik daripada dengan punggung kaki.

Kata kunci: *efektivitas, tendangan penalti, kaki bagian dalam, punggung kaki*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Efektivitas Ketepatan Tendangan Penalti dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek” dengan baik.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mengalami kesulitan dan kendala. Namun, berkat uluran tangan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat terwujud dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin penelitian serta segala kemudahan yang diberikan.
3. Ketua Prodi PGSD Penjas, yang telah memberikan kelancaran serta kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi.
4. Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd., selaku dosen penasehat akademik dan dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan motivasi.
5. Bapak-Ibu dosen FIK UNY, yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis menempuh perkuliahan.
6. Teman-teman PGSD Penjas C 2009, yang memberikan persahabatan yang selalu ceria.

7. Teman-teman kost Agus Sugiyanto (Pak Bento) yang telah berbagi canda tawa kita rasakan bersama.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, September 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Sepakbola	8
2. Hakikat Ketepatan	12
3. Hakikat Tendangan Penalti	13
4. Hakikat Menendang Bola	14
5. Karakteristik Tendangan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki	18
6. Hakikat Gol dan Gawang	19

7. Hakikat Sepakbola Untuk Siswa Sekolah Dasar	20
B. Penelitian yang Relevan	24
C. Kerangka Berpikir	26
D. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
C. Populasi Penelitian	30
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	30
1. Instrumen Penelitian	30
2. Teknik Pengumpulan Data	32
E. Analisis Data	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	35
1. Deskripsi Data Tendangan Penalti Dengan Kaki Bagian Dalam	35
2. Deskripsi Data Tendangan Penalti Dengan Punggung Kaki	36
3. Analisis Data	37
B. Pembahasan	41
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	44
B. Implikasi Penelitian	44
C. Keterbatasan Penelitian	44
D. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kaki Bagian Dalam	35
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kaki Punggung Kaki	36
Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	38
Tabel 4. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas	39
Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis	40

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Bola Harus Seluruhnya di Belakang Garis Gawang untuk Terjadinya Gol yang Sah	20
Gambar 2. Modifikasi Tes Ketepatan Tendangan untuk Usia Sekolah Dasar	31
Gambar 3. Diagram Batang Frekuensi Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam	36
Gambar 4. Diagram Batang Frekuensi Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Punggung Kaki	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS	50
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Instrumen	51
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Provinsi DIY	52
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari KPT Kulon Progo	53
Lampiran 5. Surat Keterangan dari SD Negeri Kepek	54
Lampiran 6. Petunjuk Pelaksanaan Tes Menembakkan Bola ke Gawang	55
Lampiran 7. Data Penelitian Tendangan Menggunakan Kaki Dalam	57
Lampiran 8. Data Penelitian Tendangan Menggunakan Punggung Kaki	58
Lampiran 9. Analisis Data Penelitian Menggunakan SPSS 16.0	59
Lampiran 10. Hasil Analisis Uji Normalitas	63
Lampiran 11. Hasil Analisis Uji Homogenitas	65
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian	66

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia sampai saat ini. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari banyak orang, tua muda, anak-anak, bahkan wanita. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat pada akhir-akhir ini banyak mempengaruhi perkembangan sepakbola. Dewasa ini permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan mengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus serta pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional.

Untuk menjadi pemain yang berkualitas dan tertampil, perlu adanya pembinaan-pembinaan yang terarah dan teratur. Menurut Soekatamsi (1984: 11), untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, seorang atlet harus memiliki empat kelengkapan pokok, yaitu: 1) pembinaan teknik (keterampilan), 2) pembinaan fisik (kesegaran jasmani), 3) pembinaan taktik (mental, daya ingat, kecerdasan), dan 4) kematangan juara. Dari keempat kelengkapan pokok tersebut, teknik bermain merupakan kelengkapan yang fundamental di samping pembinaan yang lain.

Seorang pemain sepakbola akan dapat bermain bola dengan baik dan penuh semangat apabila ditunjukkan oleh kondisi fisik yang baik pula. Kondisi fisik diperlukan untuk menjaga kebugaran jasmani. Hal lain yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola adalah dasar bermain, teknik, taktik, dan kualitas mentalnya dalam sepakbola. Adapun teknik dasar bermain sepakbola menurut Soekatamsi (1990: 45) adalah, “semua cara pelaksanaan gerakan-gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola terlepas sama sekali dari permainannya dalam arti memerintah badan sendiri dan memerintah bola dalam situasi bermain.” Sedangkan untuk menjadi seorang pemain sepakbola yang terampil, seorang pemain dituntut untuk mampu menguasai teknik-teknik yang diperlukan dalam permainan sepakbola.

Teknik menendang bola banyak sekali kegunaannya. Menurut Soekatamsi (1997: 2.3) atas dasar kegunaan atau fungsinya untuk melakukan tendangan-tendangan khusus, tendangan dapat digunakan untuk: (a) tendangan bebas langsung dan tidak langsung, (b) tendangan sudut, (c) tendangan gawang, dan (d) tendangan hukuman (penalti).

Permainan sepakbola dimainkan selama 2×45 menit. Permainan sepakbola dalam peraturan tertentu, sewaktu pertandingan final sering kali dijumpai bila pertandingan tersebut berakhir *draw* atau seri. Maka pertandingan dilanjutkan dengan babak perpanjangan waktu 2×15 menit, namun apabila kedudukan tidak berubah atau masing-masing kesebelasan tidak mampu mencetak gol maka dilanjutkan adu tendangan penalti. Tendangan penalti tidak hanya pada pertandingan final saja. Tendangan penalti dalam pertandingan sepakbola dapat

terjadi selama pertandingan berlangsung. Tendangan penalti dapat terjadi karena ada pelanggaran yang dilakukan oleh pemain di daerah tendangan hukuman sendiri. Pelanggaran-pelanggaran dapat berupa mengkasari lawan dengan sengaja, *hands ball* atau tindakan-tindakan yang dapat merugikan atau membahayakan lawan.

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17) menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (penalti), menembak ke gawang (*shotting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan dari lawan (*sweeping*). Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola. Menendang dibedakan beberapa macam yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*).

Tujuan utama dalam permainan sepakbola adalah memasukan bola ke gawang lawan atau mencetak gol sebanyak-banyaknya, gol dapat terjadi melalui tendangan yang baik dan tepat. Sebuah gol dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, diantaranya dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Kedua bagian kaki tersebut dapat digunakan untuk melakukan tendangan penalti secara efisien.

Tendangan penalti dalam permainan sepakbola dapat terjadi selama pertandingan belum usai. Tendangan penalti dapat terjadi karena pelanggaran yang dilakukan oleh pemain bertahan di dalam daerah hukuman sendiri. Pelanggaran dapat berupa mengkasari lawan dengan sengaja, *handsball*, tindakan

yang merugikan atau membahayakan lawan. Pelaksanaan tendangan penalti, bola diletakkan di atas titik penalti. Jarak titik penalti ke garis gawang adalah 11 meter. Keberhasilan mencetak gol dari titik penalti sungguh merupakan hal yang menguntungkan, sebaliknya kegagalan dari tendangan penalti adalah hal yang merugikan. Sampai saat ini mengambil eksekusi penalti menjadi beban tersendiri bagi pesepakbola, terlebih jika tendangan tersebut sangat menentukan nasib tim dalam pertandingan. Kemampuan dan teknik menendang yang benar juga ikut mempengaruhi keberhasilan dalam eksekusi tendangan penalti.

Melihat kenyataan di lapangan, tendangan penalti masih jarang mendapat perhatian oleh pelatih. Para pelatih biasanya lebih menekankan pada taktik, strategi permainan, dan kondisi fisik saja. Teknik latihan tendangan penalti masih sering diabaikan, sehingga kalau menemui kejadian ini pelatih kesulitan menunjuk pemain yang benar-benar siap. Pelatih seharusnya mempunyai program khusus latihan penalti untuk dilatihkan pada atlet pemula dengan tujuan atlet dapat merasakan dan terbiasa dengan situasi dengan tendangan penalti dalam sepakbola. Memasukkan bola ke gawang lawan atau mencetak gol sebanyak-banyaknya merupakan tujuan utama dalam permainan sepakbola. Gol dapat terjadi melalui tendangan yang efektif.

Dalam menendang penalti mental pemain juga harus baik. Mental di sini juga sangat berperan penting juga saat menendang penalti atau dapat dilihat dari kesiapan pemain, kepercayaan pemain, teknik pemain. Mental dapat diberikan oleh pelatih sebelum tendangan penalti dimulai kepada pemain baik dari segi psikologi maupun faktor dorongan rekan-rekan satu tim.

Untuk mengetahui efektif mana hasil antara penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap keefektifan pada permainan sepakbola perlu dilakukan penelitian. Sebagai upaya untuk mengetahui hasil tes efektivitas ketepatan tendangan ke gawang yang dilakukan oleh siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek. Di samping itu diharapkan dari hasil penelitian tersebut dapat dijadikan masukan untuk menentukan memilih tendangan yang baik dan efisien terhadap ketepatan dalam melakukan tendangan penalti.

Berdasarkan uraian diatas, untuk mengetahui lebih baik mana hasilnya antara tendangan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap ketepatan penalti pada permainan sepakbola perlu diadakan penelitian. Sebagai upaya untuk mengetahui hal tersebut tes ketepatan penalti dapat dilakukan pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek. Melalui tes ketepatan penalti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek tersebut diharapkan akan diketahui bagian kaki yang lebih baik untuk melakukan penalti. Di samping itu juga diharapkan bagi siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek dapat dijadikan masukan untuk menentukan dan memilih ketepatan penalti yang baik dalam permainan sepakbola. Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Perbedaan Efektivitas Ketepatan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Teknik latihan tendangan penalti siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek masih sering diabaikan.
2. Mental siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek saat melakukan tendangan penalti kurang baik.
3. Kemampuan dasar menendang siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek masih belum sesuai dengan teknik yang baik dan efisien.
4. Belum diketahui perbedaan ketepatan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek.

C. Batasan Masalah

Agar masalah tidak meluas maka permasalahan perlu di batasi. Penelitian ini hanya membahas masalah tentang perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya maka dapat dirumuskan masalah yaitu: “Adakah perbedaan efektivitas ketepatan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas ketepatan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki, selain itu untuk mengetahui mana yang lebih baik antara penalti menggunakan

kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada pihak-pihak yang terkait dengan bidang kepelatihan dan bidang olahraga diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Secara Teoretis

Manfaat penelitian ini sebagai informasi khususnya kepada pembina olahraga dan pelatihan sepakbola tentang pentingnya efektivitas ketepatan penalti, serta sebagai bahan referensi untuk penelitian yang sama atau sejenis guna pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga terutama sepakbola.

2. Secara Praktis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai data untuk melakukan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan sekaligus untuk menentukan program tambahan yang perlu diberikan.
- b. Bagi siswa, hasil penelitian ini dapat membantu siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek dalam melakukan penalti, untuk mendapatkan ketepatan sebaiknya menggunakan kaki bagian dalam.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan dengan sepakbola.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Sepakbola

Menurut Imam Soejoedi (1981: 103) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukandengan jalan menyepak bola. Bola disepak kian kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke dalam gawang lawan. Di dalam memainkan bola maka pemain dibenarkan untuk menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diijinkan untuk memainkan bola dengan tangan.

Permainan sepakbola merupakan permainan yang mengasikkan yang dapat dimainkan oleh anak-anak dan orang dewasa bahkan orang tua dan wanita. Permainan ini mempunyai penggemar yang banyak tidak saja di kota tetapi di desa-desa bahkan di pelosok-pelosok yang jauh dari keramaian kota. Untuk melakukannya dapat digunakan di tanah lapang yang cukup luasnya, dan rata/datar.

Sepakbola merupakan permainan beregu, dimainkan oleh dua kelompok, yang masing-masing kelompok terdiri dari sebelas pemain. Oleh karena itu, kelompok tersebut biasa disebutkesebelasan. Karena sepakbola merupakan permainan beregu maka dasar kerjasama dan saling tolong-menolong merupakan ciri yang khas dari permainan tersebut. Mengenai susunan pemainnya dapat dibedakan menjadi barisan penyerang, barisan penghubung dan barisan pertahanan.

Permainan sepakbola tergolong kegiatan olahraga yang sebetulnya sudah tua usianya, hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepakbola. Seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mereka mengetahui tentang keberadaan olahraga ini. Sepakbola adalah olahraga yang paling populer di dunia. Semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga ini. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 7) bukti nyata bahwa permainan sepakbola ini dapat dimainkan perempuan yaitu diselenggarakan sepakbola wanita pada kejuaraan dunia 1999. Dalam final hasil tim AS melawan China, sesungguhnya tidak kalah menarik dengan partai final *World Cup* 1998 antara Perancis melawan Brasil.

Menurut Soekatamsi (1995: 3) mendefinisikan secara jelas bahwa:

sepakbola merupakan permainan bola besar yang dimainkan secara beregu, yang masing-masing anggota regunya berjumlah sebelas orang. Permainannya dapat dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali tangan (lengan). Permainan dilakukan di atas lapangan rumput yang rata, berbentuk persegi panjang yang panjangnya antara 90 sampai 120 meter dan lebarnya antara 45 sampai 90 meter. Pada kedua garis batas lebar di tengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadapan.

Tujuan utama dari permainan sepakbola adalah mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya sesuai ketentuan yang ditetapkan. Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari 11 pemain, dan salah satunya penjaga gawang (*kipper*). Dalam perkembangan permainan sepakbola ini dapat dimainkan di luar lapangan (*outdoor*) dan didalam ruangan tertutup (*indoor*).

Sepakbola merupakan kegiatan yang banyak struktur pergerakannya. Dilihat dari gerak umum, sepakbola bisa secara lengkap diawali oleh gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, dari mulai gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif juga. Keterampilan dasar ini dianggap sebagai keterampilan fundamental, yang sangat berguna bagi pengembangan yang kompleks. Sepakbola termasuk permainan yang mengandalkan keterampilan terbuka, permainan yang dilakukan di lapangan luas, setiap pemain diharapkan dapat mengeluarkan *skill* yang dimiliki dirinya. Sehingga dapat dinikmati. Kegiatan ini sangat cocok untuk menjadikan alat pendidikan jasmani, karena dianggap mampu memberikan sumbangan terhadap pengembangan kualitas motorik dan fisik anak secara sekaligus.

Sepakbola memiliki teknik dasar yang harus dikuasai seorang pemain sepakbola. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17), teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepakbola adalah menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. Teknik dasar bermain sepakbola menurut Sarumpaet (1992: 17), adalah semua gerakan-gerakan tanpa bola dan gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan dalam bermain sepakbola, jadi teknik sepakbola adalah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepakbola yang profesional harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola terlebih dahulu sebelum bermain dalam permainan sepakbola. Contoh gerakan

tanpa bola adalah lari secepat-cepatnya mencari posisi yang dapat dijangkau oleh temannya untuk mendapat umpan atau operan, melompat setinggi-tingginya untuk berebut bola dengan pemain lawan, lari zig-zag untuk menghindar dari hadangan lawan. Sedangkan contoh gerakan dengan bola yaitu keterampilan pemain menendang bola dengan menggunakan punggung kaki untuk menembak ke gawang dengan keras atau *shooting*.

Menurut Komarudin (2005: 45), sepakbola adalah olahraga tim, yang berarti seorang pemain mempunyai sepuluh pemain yang bisa diajak bekerjasama dengan tujuan yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya. Terjadinya gol adalah saat yang dinantikan oleh penggemar sepakbola di dunia. *Shooting* mempunyai ciri khas yaitu laju bola yang sangat keras dan cepat serta keyakinan untuk mencetak gol atau skor. Lebih dari 70% gol-gol berasal dari tembakan (*shooting*). Menurut Soekatamsi (1988: 74), menyatakan bahwa dalam melakukan tendangan dapat dilakukan dengan bermacam-macam bagian kaki antara lain kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura penuh, ujung jari, dan dengan tumit. Dari setiap bagian kaki yang digunakan untuk menendang maka hasil tendangan juga akan berbeda. Untuk mencetak gol atau skor dapat dilakukan dengan cara dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan yang dimainkan dua tim yang saling

berlawanan, setiap tim berjumlah sebelas orang pemain salah satunya penjaga gawang (*kipper*). Setiap tim berusaha memasukan bola ke gawang sebanyak-banyaknya dan berusaha menjaga timnya untuk tidak kebobolan bola dari lawan. Sepakbola adalah kegiatan olahraga yang digemari oleh masyarakat umum diseluruh dunia tanpa memandang umur dan status sosial.

2. Hakikat Ketepatan

Ketepatan merupakan kemampuan mengarahkan dengan standar objek yang dihendaki. Menurut Suharno HP, (1982: 15), ketepatan merupakan kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuannya. Faktor penentu ketepatan adalah koordinasi tinggi, ketepatan baik besar kecilnya sasaran, penguasaan teknik, ketajaman, indera, jauh dekatnya sasaran, cepat lambatnya gerakan, *feeling* atlet dan ketelitian serta kuat lemahnya suatu gerakan. Sedangkan menurut Sukadianto (1996: 102-104), mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan, antara lain: tingkat kesulitan, pengalaman, keterampilan sebelumnya, jenis keterampilan, perasaan, dan kemampuan mengantisipasi gerak. Melihat pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang menentukan ketepatan adalah koordinasi, tingkat kesulitan, kuat lemah dan cepat lambatnya gerakan, besar kecilnya sasaran, jarak, pengalaman, dan kemampuan mengantisipasi gerak.

3. Hakikat Tendangan Penalti

Tendangan penalti disebut juga tendangan hukuman (*penalty kick*). Terjadinya tendangan penalti disebabkan adanya pemain yang melakukan pelanggaran keras pada lawannya dikotak penalti atau juga karena adanya pelanggaran karena bola menyentuh tangan atau lengan dikotak penalti.

Tendangan penalti diberikan wasit jika terjadi pelanggaran dikotak penalti yang dilakukan salah satu pemain dari tim yang sedang diserang. Dan dalam penilaian wasit, pelanggaran tersebut telah dilakukan dengan sengaja. Tendangan penalti ini disebut juga sebagai eksekusi yang mematikan karena pihak lawan dapat 100% bisa mencetak gol atau skor. Tendangan ini dilakukan dari titik yang disebut titik penalti, yaitu kira-kira 12 yard atau 11 meter dari tengah garis gawang. Penjaga gawang harus berdiri tepat pada antara tiang-tiang dan mistar gawang dan tidak diperbolehkan untuk bergerak diluar garis tersebut sampai bola telah benar-benar ditendang.

Sebuah gol bias dicetak secara langsung dari tendangan penalti. Jika bola yang ditendang membentur tiang atau mistar gawang atau bola bisa dijangkau penjaga gawang dan mental lagi kearah penendang penalti atau pemain lainnya, maka boleh langsung ditendang kearah gawang dan menjadi gol. Namun ketentuan tersebut tidak berlaku pada babak adu penalti. Bola yang gagal masuk ke gawang baik karena membentur atau tertepis penjaga gawang tidak boleh ditentang untuk kedua kalinya.

Saat tendangan penalti dilakukan semua pemain kecuali penjaga gawang dan pemain yang jadi eksekusi tendangan penalti berada didalam kotak penalti, sementara pemain yang lain harus diluar kotak penalti. Bagi sebagian pemain yang terlatih, kejadian ini bukanlah hal yang baru, tetapi bagi pemain usia-usia pemula adalah hal yang baru yang akan ditemuinya nanti di dalam sepakbola. Melakukan tendangan penalti sebaiknya dilakukan dengan tenang dan penendang harus menentukan terlebih dahulu bola akan diarahkan kemana.

4. Hakikat Menendang Bola

Menendang bola merupakan karakteristik pemain sepakbola yang paling dominan. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17) tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the gol*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*). Tendangan dapat dibagi menurut beberapa keadaan, yaitu atas dasar bagian kaki yang digunakan untuk menendang yaitu: (a) dengan kaki bagian dalam, (b) dengan kaki bagian luar, (c) dengan punggung kaki bagian dalam, (d) dengan punggung kaki bagian luar, (e) dengan ujung kaki, (f) dengan tumit, dan (g) dengan paha.

a. Teknik Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Menurut Soekatamsi (1988: 123-124), agar mampu melakukan tendangan yang baik dengan menggunakan kaki bagian dalam serta tujuannya dapat tercapai maka perlu perhatikan prinsip-prinsip menendang bola dengan kaki bagian dalam antara lain:

1) Letak kaki tumpu

Pertama kaki tumpu diletakan di belakang samping bola, $\pm 25-30$ cm dan arah kaki tumpu membuat sudut $\pm 40^0$ dengan garis lurus arah bola (garis di belakang bola).

2) Kaki yang menendang

Kaki yang menendang bola diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan ke arah sasaran. Hingga kaki bagian dalam dapat tepat mengenai tengah-tengah dibawah bola. Kemudian gerak kaki yang menendang dilanjutkan ke depan.

3) Sikap badan

Sikap badan pada waktu kaki menendang bola diayunkan ke belakang badan condong ke depan. Posisi kaki tumpu berada di samping belakang bola, sikap badan condong ke belakang. Kedua lengan terbuka ke samping badan untuk menjaga keseimbangan.

4) Pandangan mata

Pandangan mata saat menendang bola, mata melihat pada sasaran bola dan ke arah sasaran.

5) Bagian bola yang ditendang

Bagian bola yang ditendang dapat di tengah-tengah bawah bola, akan melambung tinggi. Dilakukan dengan ancang-ancang, bola dalam keadaan berhenti, pemain berada dalam 3-5 langkah dibelakang samping bola, sehingga letak pemain membentuk sudut $\pm 40^0$ dengan garis lurus arah sasaran bola di belakang bola.

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 20), pada umumnya menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisa gerak menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut.

- 1) Badan menghadap sasaran di belakang bola.
- 2) Kaki tumpu berada disamping bola ± 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk.
- 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan dan mengenai bola.
- 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat ditengah-tengah bola.
- 5) Pergelangan kaki ditendangkan pada saat mengenai bola.
- 6) Gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap sasaran.
- 7) Pandangan ditujukan pada bola dan mengikuti arah jalannya bola terhadap sasaran.
- 8) Kedua lengan terbuka di samping badan.

Kaki bagian dalam biasanya untuk mengumpan jarak pendek. bisa juga dapat menghentikan laju bola dan melakukan tendangan melengkung yang disebut tendangan pisang karena arah bola yang melengkung seperti buah pisang. Kaki bagian dalam lebih mudah menentukan sasaran, karena kaki bagian dalam perkenaan bola pada kaki lebih banyak. Oleh karena itu, banyak pemain yang memainkan bola dengan kaki bagian dalam. Sering juga pesepakbola melakukan tendangan penalti dengan kaki bagian dalam. Karena diperlukan ketepatan dan laju bola yang baik.

b. Menendang Bola dengan Menggunakan Punggung Kaki

Berdasarkan kegunaan tendangan menggunakan punggung kaki, menurut Soekatamsi (1988: 113), adalah: 1) untuk operan jarak pendek, 2) untuk operan jarak jauh, 3) untuk operan bawah dan rendah,

4) untuk operan melambung atas atau tinggi, 5) untuk tendangan keras ke mulut gawang, 6) untuk tendangan kombinasi dengan gerakan lain. Prinsip-prinsip menendang bola harus diperhatikan biar hasil lebih baik. Menurut Soekatamsi (1988: 107-109), prinsip-prinsip menendang bola dengan kura-kura penuh yaitu:

1) Letak kaki tumpu

Diletakan di samping bola dengan jarak ± 15 cm dari bola. Arah kaki tumpu sejajar dengan arah kaki sasaran. Dan lutut sedikit ditekuk berada tegak lurus di atas ujung kaki.

2) Kaki yang menendang

Kaki yang menendang diangkat ke belakang, selanjutnya diayunkan ke depan ke arah bola. Arah kaki lurus ke depan searah dengan arah sasaran dan sejajar dengan arah kaki tumpu. Dan kaki tendang diteruskan dengan gerak lanjut.

3) Sikap badan

Karena kaki tumpu di samping bola, maka panggul berada di atas bola. Sikap badan sedikit condong ke depan.

4) Bagian yang ditendang

Kura-kura kaki penuh dari kaki yang menendang tepat mengenai tengah-tengah bola, bola akan bergulir di atas tanah. Dan apabila kura-kura mengenai bawah tengah-tengah bola, bola akan naik atau melambung rendah atau sedang keras dan lurus.

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 20), pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*). Analisa gerak menendang dengan punggung kaki adalah:

- a) Badan di belakang sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk.
- b) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke depan/sasaran.
- c) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- d) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki ditegangkan.
- e) Gerak lanjut tendang di arahkan dan di angkat ke arah sasaran.

Pada waktu seorang guru olahraga mengajar para pemula, akan sangat baik bila seseorang guru olahraga mengetahui kemungkinan-kemungkinan terjadinya masalah. Dengan mengetahui kemungkinan ada yang salah maka guru bisa cermat untuk membetulkan. Dan kadang-kadang juga anak merasa bosan karena ketidakberhasilan dalam melakukan teknik. Anak yang sedang belajar teknik kadang-kadang merasa bosan dan tidak mau belajar sepakbola lagi. Karena anak merasa tidak pernah berhasil. Ketidakberhasilan mungkin disebabkan anak sudah biasa salah dalam melakukannya. Dari awal anak tidak diberitahu tentang kesalahannya itu.

5. Karakteristik Tendangan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17-20), karakteristik tendangan dapat dijelaskan berikut ini:

- a. Tendangan menggunakan kaki bagian dalam

Pada umumnya teknik tendangan ini digunakan untuk mengumpan. Perkenaan bola tepat pada mata kaki dan tepat pada tengah-tengah bola. Tendangan ini mudah dilakukan dan diarahkan.

- b. Tendangan menggunakan punggung kaki

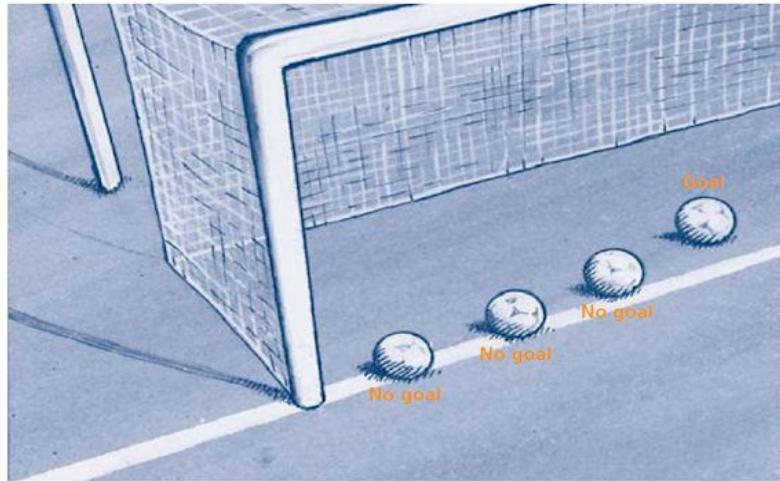
Pada umumnya teknik tendangan ini digunakan untuk *shooting*. Perkenaan bola pada tengah-tengah. Tendangan ini lebih sulit diarahkan dan sulit juga dilakukan.

6. Hakikat Gol dan Gawang

Gol dalam konteks sepakbola, kata “goal” adalah merupakan batas atau tujuan yang hendak dicapai dalam permainan tersebut. Di samping itu, kata “goal” juga mengacu pada tindakan atau usaha dalam memasukkan bola ke dalam sasaran. Setiap negara atau wilayah pasti berlainan juga caranya. Berbeda bahasa Inggris, bahasa Indonesia yang menjadi tujuan sasaran dinamakan “kusen pintu” gawang mungkin berasal dari kata lawang dalam bahasa sansekerta yang berarti “pintu”. Goal juga diterjemahkan di bahasa Indonesia menjadi “gol” tapi artinya secara umum. Karena sama-sama masuk ke dalam gawang.

Sebuah gol dinyatakan sah apabila seluruh bagian bola dinyatakan telah melewati garis gawang lawan, dan masuk ke dalam area yang dibatasi oleh dua tiang dan mistar horizontal di bagian atasnya atau yang disebut sebagai gawang. Pemain yang berusaha mencetak gol harus berada dalam posisi *onside* bukan *offside*. Tim yang menang adalah tim yang mencetak

gol yang lebih banyak di bandingkan lawannya. Jika kedua tim memiliki gol yang sah atau tidak mencetak gol keadaan tersebut dinyatakan draw atauimbang.



Gambar 1. Bola harus seluruhnya di belakang garis gawang untuk terjadinya gol yang sah.

7. Hakikat Sepakbola untuk Siswa Sekolah Dasar

Sejak mulai sekolah dasar anak-anak sudah bisa diajari atau dilatih sepakbola. Timo (2012) menyatakan bahwa di dalam Kurikulum Sepakbola Indonesia, seorang anak laki-laki bisa mulai dilatih sepakbola sejak usia 5 tahun. Ada cara melatih anak umur 5 sampai 8 tahun, kemudian ada cara melatih anak usia 9 sampai 12 tahun. Masing-masing disesuaikan dengan karakteristik usia anak dan kemampuan motorik anak. Sepakbola untuk anak sekolah dasar atau usia dini antara 5-12 tahun dibagi menjadi dua. Untuk anak 5-8 tahun jangan terlalu banyak porsi latihannya. Kegiatan yang dilakukan adalah tentang cara dia mulai mengenal tubuhnya, pengenalan terhadap bola dan lapangan, serta permainan. Aktivitas sepakbola yang dilakukan lebih banyak ke *game* atau sesuatu

yang menyenangkan. Sedangkan pada anak usia 9-12 tahun mulai dikenjot tentang teknik sepakbola. Menurut Nuryadi (2011: 8) model permainan sepakbola di sekolah dasar meliputi level-level sebagai berikut.

- a. Level 1, yaitu permainan untuk kapasitas dan kemampuan dasar (umur 6-7 tahun).
- b. Level 2, yaitu permainan sepakbola mini (umur 8-9 tahun).
- c. Level 3, yaitu permainan sepakbola 7 vs 7 (umur 10-11 tahun).
- d. Level 4, yaitu permainan sepakbola 8 vs 8 (umur 12-14 tahun).

Menurut Timo (2012) teknik dasar yang yang dipelajari di tingkat sekolah dasar terdiri dari menendang, menerima/mengontrol, dan menggiring bola.

- a. Teknik menendang bola terdiri dari: menendang bola dengan kaki dalam, menendang dengan punggung kaki, dan menendang dengan kura-kura kaki.
- b. Teknik menerima/mengontrol bola terdiri dari: menerima dengan sol sepatu dan menerima bola dengan kaki bagian dalam.
- c. Teknik menggiring bola terdiri dari: menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dengan punggung kaki.

Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) pada tahun 2002 menerbitkan Buku Peraturan Permainan Khusus Pemain Berusia 12 Tahun. Menurut Timo (2012) isi dari buku tersebut memuat peraturan-peraturan khusus untuk permainan sepakbola pemain usia 12 tahun sebagai berikut.

a. Lapangan Permainan

Lapangan permainan harus empat persegi panjang. Panjangnya tidak boleh lebih 70 meter dan tidak boleh kurang 60 meter. Lebar lapangan tidak boleh lebih 50 meter dan tidak boleh kurang 40 meter (d disesuaikan dengan lapangan yang ada). Daerah gawang pada masing-masing ujung lapangan dibuat dengan ketentuan dua garis pada sisi kanan dan kiri ke arah garis gawang pada jarak 4 meter dari sebelah dalam masing-masing tiang gawang. Dibuat dari garis ini dua garis tegak lurus ke dalam lapangan permainan dengan jarak 4 meter dan dihubungkan dengan sebuah garis yang dibuat sejajar garis gawang. Daerah yang dibatasi oleh garis-garis ini dan garis gawang adalah daerah gawang. Daerah hukuman (*penalty area*) dibuat dua buah garis pada sisi kanan dan kiri ke arah garis gawang pada jarak 12 meter dari sebelah masing-masing tiang gawang. Dibuat dari garis ini dua garis tegak lurus ke dalam lapangan permainan dengan jarak 12 meter dan dihubungkan dengan sebuah garis yang sejajar dengan garis gawang 29 meter adalah daerah hukuman (*penalty area*). Pada masing-masing daerah hukuman terdapat sebuah titik hukuman (*penalty point*) yang berjarak 9 meter dari titik tengah antara kedua tiang gawang dengan jarak yang sama dari kedua tiang gawang tersebut. Garis busur/lingkar dibuat dengan jarak 5 meter dari masing-masing titik hukuman di luar daerah hukuman. Sedangkan busur tendangan sudut adalah seperempat lingkaran dengan jarak 0,75 meter pada masing-masing tiang bendera

sudut dalam lapangan permainan. Gawang harus ditempatkan pada bagian tengah masing-masing garis gawang. Gawang terdiri dari dua tiang berdiri yang sama jaraknya dari tiang bendera sudut dan dihubungkan secara horizontal oleh sebuah mistar/palang gawang. Lebar gawang berjarak 5 meter antara masing-masing tiang diukur dari bagian dalam tiang gawang dan tinggi berjarak 2 meter dari pinggir paling bawah mistar/palang gawang ke tanah. Lebar kedua tiang gawang dan lebar mistar/palang gawang harus sama, yaitu tidak lebih dari 8 cm.

b. Bola

Bola harus berbentuk bulat, bagian luar dibuat dari kulit atau bahan yang cocok lainnya yang diperkenankan. Lingkaran bola tidak lebih 64 cm dan tidak kurang 62 cm. Berat bola pada saat dimulai pertandingan tidak lebih dari 440 gram dan tidak kurang dari 400 gram (Bola No. 4). Tekanan udara 0,4-0,6 atmosfer (400-600 gram/cm²) pada permukaan laut.

c. Jumlah Pemain

Suatu pertandingan dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri tidak lebih 7 (tujuh) pemain, salah satu diantaranya menjadi penjaga gawang. Suatu pertandingan tidak dapat dimulai jika jumlah pemain salah satu tim kurang dari 5 (lima) orang pemain.

d. Lama Pertandingan

Lamanya pertandingan selama 2 (dua) babak yang sama yaitu minimal 20 menit maksimal 30 menit, kecuali disepakati lain antara wasit dan kedua tim yang bertanding. Setiap kesepakatan untuk merubah lama pertandingan harus dilakukan sebelum permainan dimulai (*kick off*) dan disesuaikan dengan peraturan pertandingan yang diberlakukan untuk pertandingan itu.

e. Tendangan dari Titik Penalti

Tendangan dari titik pinalti adalah cara untuk menentukan tim yang menang dari pertandingan. Dalam peraturan pertandingan kompetisi harus dijelaskan atau dicantumkan, jika pada akhir dari pertandingan itu berakhir seri/draw, untuk menentukan tim yang menang dengan cara:

- 1) Dilanjutkan dengan perpanjangan waktu 2 x 5 menit (*extra time*)
- 2) Dengan sistim *sudden-death*
- 3) Jika dari hasil *extra time* masih tetap seri/draw dilanjutkan dengan tendangan dari titik penalti oleh 5 pemain silih berganti. Sedangkan untuk peraturan lainnya yang tidak disebutkan adalah sama dengan permainan sepakbola pada umumnya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang berkaitan atau menyerupai dengan apa yang diteliti dengan kaidah dan norma penelitian. Tujuan penelitian yang relevan adalah untuk menyajikan hasil penelitian yang

relevan atau menyerupai dengan penelitian yang tertulis. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Wisnu Bayu Aji (2010) yang berjudul “Perbedaan Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa SMP Negeri 1 Wates yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran untuk pengumpulan data. Populasi yang digunakan adalah siswa SMP Negeri 1 Wates yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 42 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis uji-t, melalui uji prasyarat uji normalitas, dan uji homogenitas. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa SMP Negeri 1 Wates. Besarnya rerata ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam sebesar 16,904, sedangkan rerata ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki sebesar 14,119. Ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih baik dibandingkan ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki.
- b. Penelitian oleh Singgih Dani Prasetyo (2012) yang berjudul “Perbedaan Efektivitas Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki Pemain UKM Sepakbola UNY”. Penelitian ini merupakan penelitian komparatif dengan metode survei dengan

pendekatan tes dan pengukuran. Subyek penelitian ini adalah pemain UKM sepakbola sebanyak 40 responden. Teknik pengambilan data menggunakan survei dengan instrument tes percakapan bermain sepakbola yang disusun oleh V. Poerwono, dkk. (1985: 16-17) pada bagian “menendang bola ke gawang” yang mempunyai koefisien validitas 0,769, sedangkan reabilitas tes adalah 0,863. Teknik analisis data menggunakan analisis uji-t, melalui uji prasyarat normalitas, dan uji homogenitas. Hasil uji-t diperoleh t_{hitung} sebesar 2,519 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,684 ($2,519 > 1,684$). Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan efektivitas tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pemain UKM sepakbola UNY. Nilai rerata tendangan penalti dengan kaki bagian dalam sebesar 22,08, sedangkan rerata tendangan penalti dengan menggunakan punggung kaki sebesar 20,15 sehingga dapat disimpulkan bahwa efektivitas tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih baik dari pada tendangan penalti menggunakan punggung kaki.

C. Kerangka Berpikir

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain. Dalam sepak bola para pemain berusaha memasukan bola kedalam gawang lawan sebanyak-banyaknya. agar tidak kebobolan lawan pemain harus mempertahankan gawangnya dengan strategi dan kerjasama. Dan ada teknik dasar dari permainan sepakbola yaitu menendang bola. Menendang bola digunakan sebagai teknik untuk

memberikan bola kepada kawan sebagai kerjasama (*passing*) atau sebagai teknik untuk mencetak gol ke dalam gawang lawan (*shooting*). Selain itu dapat untuk salah satu tendangan bola mati yaitu tendangan penalti.

Tendangan penalti adalah tendangan bebas yang mengarah ke gawang lawan dan dilakukan dari titik penalti. Tendangan penalti terjadi karena ada pelanggaran yang dilakukan oleh pemain di daerah tendangan hukuman sendiri. Tendangan penalti juga sering dilakukan sebagai penentu kemenangan dalam pertandingan apabila skor draw atau imbang yang berjalan normal selama 2×45 menit dan dilanjutkan perpanjangan waktu 2×15 menit.

Melakukan tendangan penalti dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Jika dilihat dari kegunaannya tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam adalah mengumpan jarak pendek, sedangkan tendangan menggunakan punggung kaki adalah untuk *shooting* ke arah gawang. Teknik tendangan menggunakan kaki bagian dalam mempunyai perkenaan bola pada kaki yang lebih luas jika dibandingkan teknik menendang dengan menggunakan punggung kaki, sehingga pemain dapat mengarahkan bola pada sasaran yang diharapkan apabila melakukan dengan teknik yang benar.

D. Hipotesis Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (1996: 71), hipotesis penelitian dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif yaitu hipotesis yang digunakan untuk menjawab permasalahan dengan menggunakan teori-teori yang ada hubungannya dengan masalah penelitian. Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir di atas dapat dikemukakan hipotesis sebagai berikut: “ada perbedaan efektivitas yang signifikan antara tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki”.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif yang menggunakan metode survei dengan pendekatan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan ketepatan tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki dalam sepakbola.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek. Definisi operasional variabel penelitian ini adalah:

1. Efektivitas tendangan penalti adalah efektivitas tendangan bebas yang dilakukan dari titik penalti dengan posisi pemain yang akan menendang bola berhadapan langsung dengan penjaga gawang yang dilakukan oleh siswa Kelas IV dan V SD Negeri Kepek. Secara operasional ketepatan tendangan yang dimaksud adalah ketepatan tendangan yang mengarah ke sudut gawang yang diukur dengan tes kecakapan bermain sepakbola modifikasi oleh peneliti dari V. Poerwono, dkk. (1985: 16-17) pada bagian “menembak bola ke gawang”.

2. Perkenaan kaki pada bola merupakan perkenaan bagian kaki terhadap bola pada saat melakukan tendangan penalti yang dilakukan oleh siswa SD Negeri Kepek yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Secara operasional perkenaan kaki pada bola dibedakan menjadi dua, yaitu pada kaki bagian dalam dan punggung kaki.

C. Populasi Penelitian

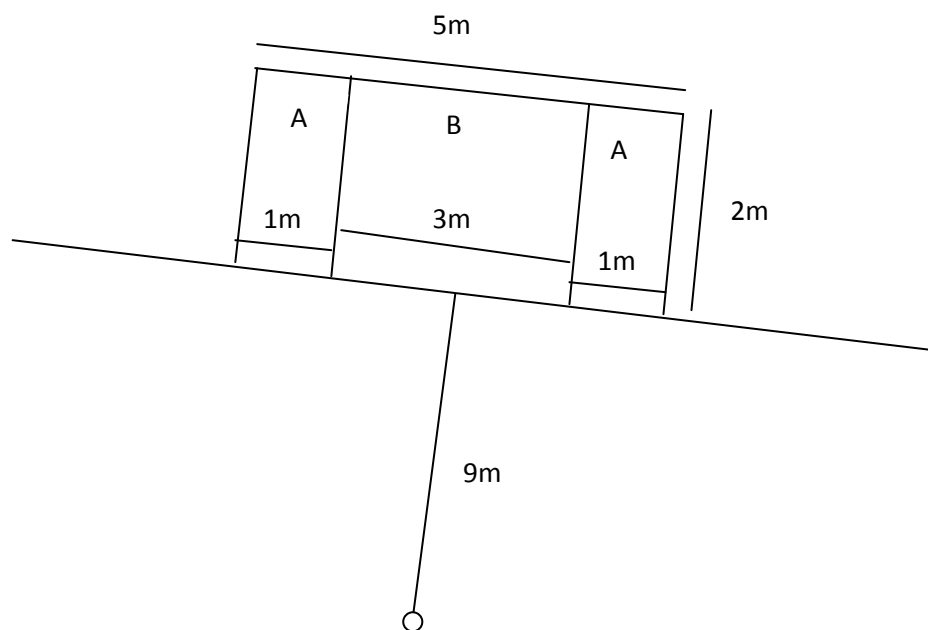
Menurut Suharsimi Arikunto, (2010: 173) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas IV dan V di SD Negeri Kepek. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini yaitu sampel yang minat terhadap sepakbola yang berjumlah 24 siswa.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat bantu yang digunakan dalam mengumpulkan data itu (Suharsimi Arikunto, 2006: 219). Instrumen yang baik adalah yang dapat dipertanggung jawabkan hasil pengukurannya telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa tes kecakapan bermain sepakbola modifikasi dari V. Poerwono, dkk. (1985: 16-17) pada bagian “menembak bola ke gawang”. Tendangan dikatakan tepat apabila masuk pada sasaran yang ditentukan. Tes ini dimaksudkan untuk mengukur efektivitas tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran.

Peneliti memodifikasi ukuran gawang yaitu lebar gawang 5 meter dan tinggi gawang 2 meter. Kemudian gawang dibagi menjadi tiga bagian yaitu bagian A (sebelah kanan dan kiri) dengan jarak 1 meter, sedangkan bagian B (tengah) dengan jarak 3 meter dan diberi skor (1, 2, 3) dengan asumsi bola yang jatuh di daerah tersebut akan masuk ke gawang karena sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Jarak tembakan 9 meter atau di titik penalti untuk usia anak sekolah dasar. Bola yang akan ditendang dalam keadaan diam, dan ditendang ke arah gawang yang telah ditentukan skornya. Masing-masing siswa melakukan 10 kali tendangan baik dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki.



Gambar 2. Modifikasi Tes Ketepatan Tendangan untuk Usia Sekolah Dasar

Keterangan:

- a. Daerah A adalah sasaran utama, yaitu memiliki tinggi 2 meter dan lebar 1 meter. Karena daerah A jauh dari jangkauan penjaga gawang.
- b. Daerah B adalah sasaran kedua setelah daerah A, yaitu sama memiliki tinggi 2 meter dan lebar 3 meter. Karena daerah B tepatnya pada jangkauan penjaga gawang. Sehingga relatif mudah untuk penjaga gawang menjangkaunya.

Untuk sasaran ketepatan tendangan yang skornya lebih besar adalah bagian kanan dan kiri (daerah A) gawang karena jauh dari jangkauan penjaga gawang dan yang tengah (daerah B) tepat pada penjaga gawang sehingga relatif mudah dijangkaunya.

2. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode survei, sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan pendekatan tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Adapun pelaksanaannya adalah sebagai berikut.

- a. Membuat tempat untuk melakukan tes efektivitas ketepatan tendangan penalti yaitu membagi gawang menjadi 3 wilayah skor dengan jarak tendangan 9 meter (titik penalti) yang telah dimodifikasi untuk anak usia sekolah dasar.

- b. Menyiapkan petugas sebagai pencatat skor, petugas pemberi aba-aba sekaligus yang memberitahu bola yang masuk sasaran tendangan dan petugas pengambil bola.
- c. Orang coba dikumpulkan dan diberi penjelasan mengenai pelaksanaan tes yang akan dilakukan.
- d. Orang coba diberikan waktu untuk pemanasan 15 menit secara terkoordinasi.
- e. Orang coba melakukan tes dengan dipanggil satu persatu.
- f. Orang coba berdiri menghadap ke gawang dengan mengambil awalan dari titik penalti. Setelah ada aba-aba orang coba langsung melakukan tendangan ke gawang.
- g. Sasaran berupa gawang yang sudah dibagi menjadi 3 wilayah skor.
- h. Setiap orang coba mendapat kesempatan menendang bola 10 kali baik menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki.

E. Teknik Analisis Data

Setelah data diperoleh langkah selanjutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Untuk menganalisis data ini menggunakan analisis statistik parametrik. Pengujian beda dilakukan uji-t pada data hasil penelitian tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Uji-t yang diperoleh untuk membandingkan hasil dari rerata variabel. Masing-masing variabel diuji sendiri-sendiri, hasil dari masing-masing variabel diuji normalitas dan homogen baru kemudian diuji hipotesisnya. Ada persyaratan yang harus

dipenuhi sebagai langkah untuk menganalisis sebelum dilakukan uji asumsi untuk mengetahui apakah sampel berada dalam distribusi normal.

Setelah kedua persyaratan dipenuhi kemudian dilakukan pengujian hipotesis dengan bantuan sistem komputer (SPSS 16.0). Untuk mengetahui jawaban metode manakah yang hasilnya baik maka diperlukan penghitungan mean. Hasil penghitungan mean tersebut kemudian dibandingkan mean yang lebih besar berarti yang lebih baik.

1. Pengujian normalitas

Penghitungan normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang akan diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Untuk pengujian normalitas sebaran data digunakan uji *chi-kuadrat*. Kemudian hasil *chi-kuadrat* hasil perhitungan dikonsultasikan dengan tabel *chi-kuadrat* pada taraf signifikan 5% yang dihitung dengan bantuan sistem komputer (SPSS 16.0).

2. Pengujian homogenitas

Pengujian homogenitas merupakan salah satu persyaratan yang harus dipenuhi dalam melakukan analisis dengan melakukan pengujian homogenitas varian populasi homogen. Rumus yang digunakan untuk menguji homogenitas dengan menggunakan uji-t dengan bantuan sistem komputer (SPSS 16.0).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan tendangan penalti menggunakan punggung kaki, yang diperoleh dari subyek penelitian yang berjumlah 24 responden. Sebelumnya akan disajikan deskripsi data dari masing-masing variabel berdasarkan data yang diperoleh dari lapangan. Deskripsi data penelitian yang diperoleh masing-masing variabel secara rinci diuraikan sebagai berikut.

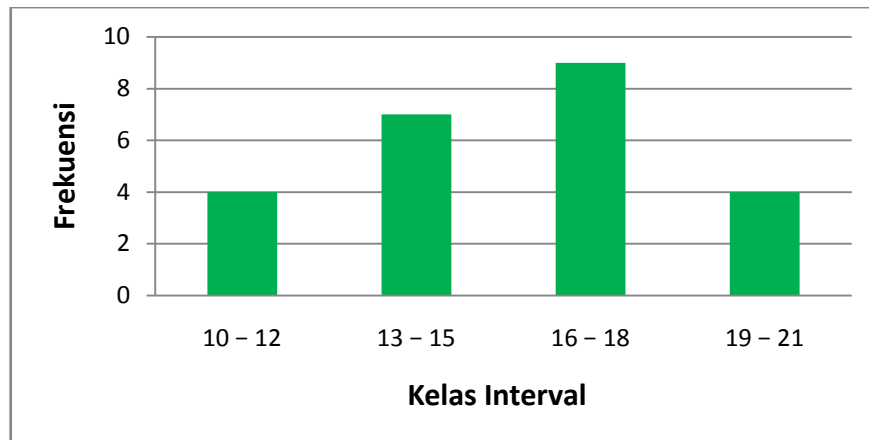
1. Deskripsi Data Tendangan Penalty dengan Kaki Bagian Dalam

Data tendangan penalti dengan kaki bagian dalam, memperoleh nilai maksimal 21, minimal 10, rata-rata mean sebesar 15,83, median sebesar 16,00, modus sebesar 14, dan standar deviasi 2,88. Deskripsi hasil penelitian efektivitas ketepatan tendangan penalti dengan kaki bagian dalam dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kaki Bagian Dalam

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	19 – 21	4	16,67%
2	16 – 18	9	37,5%
3	13 – 15	7	29,17%
4	10 – 12	4	16,67%
	Total	24	100%

Adapun frekuensi ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Batang Frekuensi Ketepatan Tendangan Penalty Menggunakan Kaki Bagian Dalam

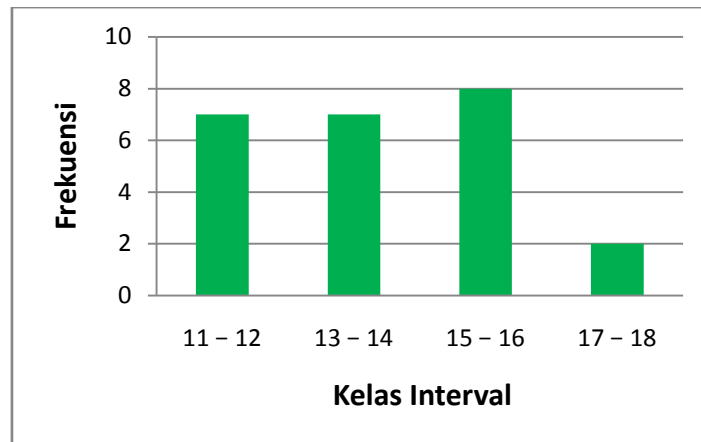
2. Deskripsi Data Tendangan Penalty dengan Punggung Kaki

Data tendangan penalti dengan punggung kaki, memperoleh nilai maksimal 17 dan minimal 11, rata-rata mean sebesar 14, median sebesar 14, modus sebesar 14, standar deviasi 1,98. Deskripsi hasil penelitian efektivitas ketepatan tendangan penalti dengan punggung kaki dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kaki Punggung Kaki

No	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
1	17 – 18	2	8,33%
2	15 – 16	8	33,33%
3	13 – 14	7	29,17%
4	11 - 12	7	29,17%
	Total	24	100%

Adapun frekuensi ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Batang Frekuensi Ketepatan Tendangan Penalty Menggunakan Punggung Kaki

3. Analisis Data

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji homogenitas untuk mengetahui apakah sampel penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen. Hasil uji prasyarat analisis disajikan sebagai berikut.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan *Chi Kuadrat*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis nol (H_0) bahwa sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. Untuk menerima atau menolak H_0 dengan membandingkan harga χ^2 yaitu perhitungan (χ^2_{hitung}) dengan harga χ^2 tabel (χ^2_{tabel}) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan

yang dipakai. Kriterianya adalah menerima H_0 apabila χ^2_{hitung} lebih kecil dari harga χ^2_{tabel} pada taraf 0,05, dalam hal yang lain hipotesis ditolak. Tabel *Chi Kuadrat* atau χ^2 digunakan dengan cara membandingkan nilai χ^2_{hitung} dengan nilai χ^2_{tabel} yang didapat dari uji normalitas menggunakan *Chi Kuadrat*.

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	χ^2_{hitung}	df	χ^2 (0,05) (df)	Kesimpulan
1.	Tendangan penalti dengan kaki bagian dalam	6,833	9	16,919	Normal
2.	Tendangan penalti dengan punggung kaki	5,167	6	12,592	Normal

Dari tabel di atas harga χ^2_{hitung} dari variabel tendangan penalti dengan kaki bagian dalam sebesar 6,833 dan variabel tendangan penalti dengan punggung kaki sebesar 5,167. Sedangkan harga χ^2 dari tabel masing-masing sebesar 16,919 untuk variabel tendangan penalti dengan kaki bagian dalam, dan 12,592 untuk variabel tendangan penalti dengan punggung kaki. Karena harga χ^2_{hitung} dari semua variabel lebih kecil dari harga χ^2_{tabel} , maka hipotesis yang menyatakan sampel bersal dari populasi berdistribusi normal diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kenormalan distribusi terpenuhi.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan *levene statistic*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis (H_0) bahwa varians dari variabel-variabel

tersebut sama. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga signifikan perhitungan (*Sig*) yang diperoleh dengan 0,05. Kriteriannya adalah menerima hipotesis apabila harga signifikan (*Sig*) lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$). Berikut hasil uji homogenitas yang diperoleh:

Tabel 4. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

<i>Levene Statistic</i>	df1	df2	<i>Sig</i>	Keterangan
3,622	1	46	0,063	Homogen

Dari perhitungan diperoleh harga nilai *levene statistic* sebesar 3,622 dan signifikan perhitungan sebesar 0,063. Ternyata harga signifikan yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$). Karena harga signifikan hitung lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$), maka H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varians populasi homogen.

c. Uji Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa sebarannya normal dan variansnya homogen, sehingga data dianalisis lebih lanjut dengan statistik parametrik. Berikut adalah hipotesis yang akan diuji.

H_0 : tidak terdapat perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek.

Ha : ada perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek.

Untuk menerima dan menolak hipotesis adalah dengan membandingkan harga t_{hitung} dengan t_{tabel} atau membandingkan nilai p dengan 0,05 pada taraf signifikansi 5%. Hasil analisis uji-t dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	N	Rerata	t_{hitung}	t_{tabel}	P
Kaki bagian dalam	24	15,833	2,568	2,064	0,014
Punggung kaki	24	14,000			

Dari hasil tersebut dapat diketahui $t_{hitung} = 2,568$ lebih besar daripada $t_{tabel} = 2,064$ dan nilai $p < 0,05$ pada taraf signifikansi 5%. Karena harga t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} atau $p < 0,05$ pada taraf signifikansi 5%, maka hipotesis yang menyatakan ada perbedaan efektivitas ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek diterima. Dengan demikian H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek. Besarnya rerata yang diperoleh dari masing-masing variabel adalah sebesar 15,833 untuk tendangan penalti menggunakan kaki bagian

dalam dan 14,000 untuk tendangan penalti menggunakan punggung kaki.

B. Pembahasan

Timo (2012) menyatakan bahwa di dalam Kurikulum Sepakbola Indonesia, seorang anak laki-laki bisa mulai dilatih sepakbola sejak usia 5 tahun. Ada cara melatih anak umur 5 sampai 8 tahun, kemudian ada cara melatih anak usia 9 sampai 12 tahun. Masing-masing disesuaikan dengan karakteristik usia anak dan kemampuan motorik anak. Sepakbola untuk anak sekolah dasar atau usia dini antara 5-12 tahun dibagi menjadi dua. Untuk anak 5-8 tahun jangan terlalu banyak porsi latihannya. Kegiatan yang dilakukan adalah tentang cara dia mulai mengenal tubuhnya, pengenalan terhadap bola dan lapangan, serta permainan. Aktivitas sepakbola yang dilakukan lebih banyak ke *game* atau sesuatu yang menyenangkan. Sedangkan pada anak usia 9-12 tahun mulai digenjot tentang teknik sepakbola.

Tendangan penalti merupakan tendangan bebas yang mengarah ke gawang, dilakukan dari titik penalti 11 meter lurus dengan garis gawang tengah gawang. Dalam hal ini tendangan penalti dilakukan sekali kecuali bola menyentuh pemain lain atau pantulan dari tiang gawang atau juga tepisan dari kiper lawan. Kiper harus berada di posisinya tidak boleh bergerak sebelum bola ditendang dan semua pemain diluar kotak penalti kecuali pemain yang akan mengeksekusi penalti. Melakukan tendangan penalti dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Dalam

tendangan penalti ketepatan tendangan sangat mempengaruhi daripada hasil tendangan itu sendiri.

Menurut Clive Gifford (2002: 17) penalti terarah adalah pilihan yang paling disukai bagi para pemain bola yang profesional. Ini adalah suatu tendangan yang relatif sangat sederhana yang dilakukan dengan bagian dalam kaki, yang menghantam bola dengan kuat dan terarah ke sudut gawang. Siswa sekolah dasar adalah pemain sepakbola bukan profesional, maka dari itu dalam melakukan tendangan penalti mereka cenderung dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Berdasarkan hasil penelitian, ternyata ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih akurat daripada ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki. Hal ini dibuktikan hasil rerata tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih tinggi yaitu sebesar 15,833, daripada ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki yaitu sebesar 14,000. Dapat diperhatikan juga nilai deviasi yang diperoleh. Nilai deviasi ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam sebesar 2,88 dan nilai deviasi ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki sebesar 1,98.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki, yaitu bahwa ketepatan tendangan penalti dengan kaki bagian dalam lebih akurat atau lebih baik daripada ketepatan tendangan penalti dengan punggung kaki. Seperti dikatakan diatas bahwa tendangan penalti merupakan tendangan penalti dari jarak 11 meter atau dari titik penalti. Dengan jarak sedekat itu,

tendangan yang diperlukan adalah tendangan yang akurat dan mampu mengecok penjaga gawang. Penelitian ini untuk anak usia Sekolah Dasar, maka tendangan penalti dimodifikasi sesuai usainya yang berjarak 9 meter. Tendangan yang akurat tidaklah harus keras, karena justru tendangan yang keras kadang-kadang melenceng jauh dari sasaran yang kita inginkan. Sering kita lihat bahwa dalam pertandingan sepakbola nasional maupun internasional seorang pemain melakukan tendangan penalti hanya dengan menggunakan tendangan yang tidak keras namun mengecoh penjaga gawang dan gol. Sering juga kita lihat tendangan penalti yang keras dan melenceng. Hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa untuk mendapatkan akurasi tendangan penalti, lebih baik seorang pemain menggunakan kaki bagian dalam karena akan lebih mudah mengarahkan bola. Sedangkan tendangan penalti dengan menggunakan punggung kaki mungkin menghasilkan tendangan yang lebih keras, namun ketepatan yang diperoleh lebih rendah.

Hal ini telah membuktikan dengan hasil penelitian ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih baik daripada ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki. Oleh sebab itu, peneliti menyarankan kepada para pelaku olahraga sepakbola, terutama pemain yang akan mengeksekusi penalti, sebaiknya tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam saja, karena lebih akurat daripada tendangan penalti menggunakan punggung kaki.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: “ada perbedaan yang signifikan antara ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek”. Ketepatan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam lebih akurat daripada ketepatan tendangan penalti menggunakan punggung kaki pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas maka implikasi dari hasil penelitian ini adalah dapat digunakan sebagai acuan dalam proses berlatih-melatih khususnya dalam melakukan tendangan penalti dalam permainan sepakbola. Selain dapat digunakan sebagai acuan, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan pedoman dalam latihan menendang bagi pemula, bahwa konsistensi ketepatan tendangan menggunakan kaki bagian dalam lebih baik daripada ketepatan tendangan menggunakan punggung kaki.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah berusaha keras untuk memenuhi segala ketentuan, namun demikian penelitian ini tidak lepas tanpa kelemahan dan kekurangan yang ada. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Peneliti tidak mampu mengontrol aktivitas dan makanan yang dikonsumsi responden sebelum dilakukan pengambilan data, sehingga peneliti dapat data yang diperoleh merupakan data siswa pada saat itu tanpa memperhatikan faktor kelelahan fisik atau tidak.
2. Peneliti tidak menandai ulang alat yang digunakan untuk penelitian namun hanya membandingkan responden yang satu dengan responden yang lain.
3. Siswa kelas IV dan V di SD Negeri Kepek saat melakukan tendangan penalti tidak menggunakan sepatu sepakbola.
4. Pada pengambilan data peneliti mengabaikan adanya penjaga gawang, padahal dalam proses sesungguhnya kesuksesan tendangan penalti ditentukan oleh kelihaian/kemahiran penjaga gawang (*kipper*). Hal ini karena peneliti lebih menekankan efektivitas ketepatan tendangan penalti, yaitu masuknya bola ke arah gawang dengan sasaran tertinggi bagian tepi gawang.
5. Penelitian ini tidak membahas keterampilan antara siswa kelas IV dan V SD Negeri Kepek seperti pada judul. Perbedaan kelas yang berbeda mempengaruhi hasil yang berbeda.

D. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler disarankan dapat lebih aktif dan berlatih untuk meningkatkan ketepatan menendang bola khususnya tendangan penalti.

2. Bagi pelatih sebagai bahan kajian meningkatkan prestasi siswa, agar prestasi dapat maksimal dalam permainan sepakbola.
3. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan subyek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas. Secara kuantitas dengan menambah subyek yang ada, sedangkan secara kualitas dengan melibatkan taraf kekuatan tendangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Clive Gifford. (2002). *Sepak Bola Panduan Lengkap untuk Permainan Yang Indah*. Jakarta: Erlangga.
- Imam Soejoedi. (1981). *Permainan dan Metodik*. Bandung: Remadja Karya Offset.
- Komarudin. (2005). *Diktat Pembelajaran Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: UNY.
- Nuryadi. (2011). *Pembinaan Sepakbola Usia Dini. Makalah*. Bandung.
- Sarumpaet. (1992). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Singgih Dani Prasetyo. (2012). *Perbedaan Efektivitas Menendang Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki Pemain UKM Sepakbola UNY. (Skripsi)*. Yogyakarta.
- Soekatamsi. (1984). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- _____. (1988). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- _____. (1990). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- _____. (1995). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- _____. (1997). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Yogyakarta: Depdikbud.
- Suharno H. P. (1982). *Metode Pelatihan*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi VI*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Sukadianto. (1996). *Olahraga: Majalah Ilmiah. Yogyakarta: ed. 1. FPOK IKIP Yogyakarta*.
- Timo Scheunemann. (2012). *Kurikulum Sepak Bola Indonesia*. Diakses dari <http://www.perspektifbaru.com/wawancara/844> pada tanggal 13 September 2012.
- V. Poerwono, dkk. (1985). *Pembuatan Tes Kecakapan Bermain Sepakbola untuk Mahasiswa FPOK IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FIK UNY.

Wisnu Bayu Aji. (2010). Perbedaan Ketepatan Menendang Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa SMP N 1 Wates yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola. (*Skripsi*). Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
Alamat : Jl.Colombo No.1 Yogyakarta Telp. 513092

Nomor : /PKS/I/2013
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : Dr. Sugeng Purwanto
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Alifudin Aji Nurzamani
NIM : 09604224057
Judul Skripsi : Perbedaan Efektivitas Ketepatan Tendangan Penaltidengan Menggunakan Kaki Bagian dalam dan Punggung Kaki Pada Siswa SD Negeri Kepek Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola

Survei tgg Tingkat Kebanyakan
TKji.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 13 Februari 2013
Kaprodi PGSD Penjas,

Sriawan, M.Kes.
NIP. 19580830 198703 1 003

Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 186/UN.34.16/PP/2013 30 April 2013
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Alifudin Aji Nurzamami
NIM : 09604224057
Program Studi : POR/PGSD Penjas
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : April s.d. Juni 2013
Tempat/Obyek : SD Negeri Kepek
Judul Skripsi : Perbedaan Efektifitas Ketepatan Tendangan Penalti Dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Pada Siswa SD Negeri Kepek Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan.

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Kepek
2. Kajur. POR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Provinsi DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/3909/V/5/2013

Membaca Surat : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Nomor : 186/UN.34.16/PP/2013
Tanggal : 30 April 2013 Perihal : Permohonan Ijin Uji Instrumen

Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : ALIFUDIN AJI NURZAMAMI NIP/NIM : 09604224057
Alamat : Jl. Kolombo No,1 Yogyakarta
Judul : PERBEDAAN EFEKTIVITAS KETEPATAN TENDANGAN PENALTI DENGAN MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI PADA SISWA SD NEGERI KEPEK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA
Lokasi : - Kota/Kab. KULON PROGO
Waktu : 06 Mei 2013 s/d 06 Juli 2013

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjapro.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjapro.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 06 Mei 2013

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Hendar Susilowati, SH

NIP. 19580120 198503 2 003

Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Kulon Progo, Cq. KPT
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Berkenaan

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari KPT Kulon Progo



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
BADAN PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU
Alamat : Jl. KHA Dahlan, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 774402 Kode Pos 55611

SURAT KETERANGAN / IZIN

Nomor : 070.2 /00396/V/2013

Memperhatikan : Surat dari Sekretariat Daerah Provinsi DIY Nomor: 070/3909/V/5/2013, Tanggal 06 Mei 2013, Perihal Izin Penelitian

Mengingat : 1. Keputusan Menteri Dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri;
2. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
3. Peraturan Daerah Kabupaten Kulon Progo Nomor : 15 Tahun 2007 tentang perubahan atas Peraturan Daerah Kabupaten Kulon Progo Nomor : 12 Tahun 2000 tentang Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Dinas Daerah;
4. Peraturan Bupati Kulon Progo Nomor : 56 Tahun 2007 tentang Pedoman Pelayanan pada Kantor Pelayanan Terpadu Kabupaten Kulon Progo.

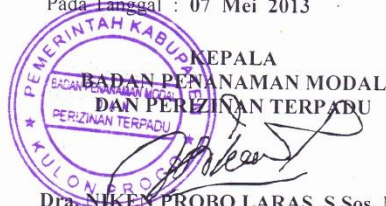
Diizinkan kepada : **ALIFUDIN AJI NURZAMANI**
NIM / NIP : **09604224057**
PT/Instansi : **UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**
Keperluan : **Izin Penelitian**
Judul/Tema : **PERBEDAAN EFEKTIVITAS KETEPATAN TENDANGAN PENALTI DENGAN MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI PADA SISWA SD NEGERI KEPEK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA**

Lokasi : **SD NEGERI KEPEK PENGASIH, KABUPATEN KULON PROGO**
Waktu : **06 Mei 2013 s/d 06 Juli 2013**

1. Terlebih dahulu menemui/melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
3. Wajib menyerahkan hasil Penelitian/Riset kepada Bupati Kulon Progo c.q. Kepala Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu Kabupaten Kulon Progo.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk kepentingan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut diatas.

Kemudian diharap kepada para Pejabat Pemerintah setempat untuk dapat membantu seperlunya.

Ditetapkan di : **Wates**
Pada Tanggal : **07 Mei 2013**



Dra. NIKEN PROBO LARAS, S.Sos.,M.H
Pembina Tk.I ; IV/b
NIP. 19630801 199003 2 002

Tembusan kepada Yth. :

1. Bupati Kulon Progo (Sebagai Laporan)
2. Kepala Bappeda Kabupaten Kulon Progo
3. Kepala Kantor Kesbangpol Kabupaten Kulon Progo
4. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Kulon Progo
5. Kepala UPTD PAUD DAN DIKDAS Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo
6. Kepala SD Negeri Kepek Pengasih Kabupaten Kulon Progo
7. Yang Bersangkutan
8. Arsip

Lampiran 5. Surat Keterangan dari SD Negeri Kepek



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PELAKSANA TEKNIS DAERAH PAUD DAN DIKDAS
KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KEPEK

Alamat : Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo Kode Pos: 55652

SURAT KETERANGAN

No : 254 / SD / VI / 2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri Kepek menerangkan bahwa:

Nama : Alifudin Aji Nurzamani
Pekerjaan : Mahasiswa
NIM : 09604224057
Prodi/Jurusan : PGSD Penjaskes/Pendidikan Olahraga
Judul Penelitian : Perbedaan Efektivitas Ketepatan Tendangan Penalti dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam dan Punggung Kaki pada Siswa SD Negeri Kepek yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola

Telah melakukan penelitian di SD Negeri Kepek pada bulan Mei 2013.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Kepek, 7 Mei 2013
Kepala Sekolah

Sumardiyana, S. Pd.
NIP. 19610525 198201 1 003

Lampiran 6. Petunjuk Pelaksanaan Tes Menembakkan Bola Ke Gawang

Petunjuk Pelaksanaan Tes Menembakkan Bola Ke Gawang

1. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecakapan menembakkan bola ke gawang.

2. Alat dan Fasilitas

- a. Gawang sepakbola
- b. Meteran
- c. Pancang besi 2 buah
- d. Kursi / tangga
- e. Labor / kapur
- f. Bola sepak 10 buah
- g. Blangko dan alat tulis

3. Petugas Tes

- a. Seorang pencatat skor
- b. Pengamat tembakan
- c. Pengambil bola

4. Tempat dan Sasaran

- a. Ke arah dalam dari kanan dan kiri tiang gawang dengan jarak 1 meter (diukur dari sisi dalam tiang gawang) ditancapkan pancang besi setinggi tiang gawang. Dengan demikian diperoleh bidang sasaran kanan dan kiri pada gawang antara pancang dan tiang gawang disebut bidang sasaran A, sedangkan sasaran antara pancang besi disebut sasaran B.

- b. Dari tengah-tengah lebar gawang diukur dengan jarak 9 meter, sebagai tempat titik tendangan dan diberi tanda kapur.

5. Pelaksanaan Tes

- a. Bola diletakan di titik penalti, testi berdiri di belakang bola dan diperoleh mengambil awalan.
- b. Tendangan dilakukan dengan kaki terbaik yang biasa dilakukan.
- c. Tendangan harus keras, dinyatakan dengan jatuhnya bola minimal menyentuh garis gawan.
- d. Bidang sasaran adalah gawang penuh, baik bidang sasaran A maupun sasaran bidang B.
- e. Tendangan yang membentur gawang dan tidak masuk gawang tidak mendapatkan nilai, tidak boleh diulang.
- f. Bola yang mengenai pancang kemudian masuk sasaran, dianggap sah dihitung menurut masuknya bola kebidang sasaran.
- g. Setiap testi diberi kesempatan 10 kali tendangan, dilakukan secara beruntun.

6. Cara Penilaian

Nilai tes adalah jumlah nilai yang diperoleh dari 10 kali tembakan dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Masuk bidang sasaran A, mendapatkan nilai 3.
- b. Masuk bidang sasaran B, mendapatkan nilai 1.
- c. Bola kena pancang dan kembali kelapangan, mendapatkan nilai 2.

Lampiran 7. Data Penelitian Tendangan Menggunakan Kaki Bagian Dalam

No	Nama	Tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Dwi Yulianto	0	0	3	3	3	2	0	2	1	1	15
2	Iqsa Adi Putra	1	1	3	3	1	3	3	1	0	1	17
3	Anton Nugroho	3	2	0	1	3	3	3	0	1	3	19
4	Irfan Riza W	3	3	0	0	3	1	1	1	3	3	18
5	Yoga Pratama P	3	1	0	3	1	3	0	1	3	1	16
6	Rika Sabarudin Y	1	2	1	0	1	0	2	3	0	1	11
7	Singgih S	2	1	1	3	3	2	1	1	0	1	15
8	Rohmatul M	0	1	3	0	3	1	0	0	1	3	12
9	Wahyu Pradana	2	2	1	1	3	3	0	3	3	3	21
10	Okky Saputra	1	3	3	0	1	3	3	1	0	3	18
11	Rizal Nurul Huda	1	1	1	3	1	3	3	3	1	1	18
12	Ahmad Syah S	1	1	3	0	1	0	3	1	3	2	15
13	Gaida	1	3	2	3	1	3	0	1	1	1	16
14	Edwin Nurcahyo	1	1	3	3	3	0	1	3	3	0	18
15	Amry	0	0	1	1	3	3	0	2	1	0	11
16	M. Nasrudin	0	1	1	0	2	3	1	0	1	1	10
17	Khoiru Nurrohman	1	1	2	3	1	0	1	1	3	1	14
18	Irfan Maulana A	1	2	3	3	0	0	3	1	3	3	19
19	Taufik Kurniawan	3	3	0	3	0	1	0	1	3	3	17
20	Mahmud Dwi A	3	1	2	0	1	1	3	1	1	1	14
21	Devani Zulvianto	3	3	1	2	0	1	1	3	3	1	18
22	Muhajir	1	2	1	1	1	3	3	0	1	2	15
23	Izzudin Al Qosam	2	1	0	3	3	1	3	0	0	1	14
24	Afri Setia Diantoro	3	1	3	3	1	2	1	1	3	1	19
Jumlah												380

Lampiran 8. Data Penelitian Tendangan Menggunakan Punggung Kaki

No	Nama	Tendangan dengan menggunakan punggung kaki										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Dwi Yulianto	1	1	3	1	3	0	0	3	1	1	14
2	Iqsa Adi Putra	3	0	0	1	0	1	3	2	1	1	12
3	Anton Nugroho	0	3	0	1	1	1	1	3	0	1	11
4	Irfan Riza W	3	3	3	0	1	0	1	3	0	1	15
5	Yoga Pratama P	1	1	3	0	1	1	3	0	1	3	14
6	Rika Sabarudin Y	1	3	2	1	3	1	1	3	0	1	16
7	Singgih S	3	1	3	3	3	0	0	1	0	1	15
8	Rohmatul M	3	0	1	0	1	1	0	3	2	0	11
9	Wahyu Pradana	1	1	0	1	3	1	1	3	0	3	14
10	Okky Saputra	3	3	3	0	1	2	1	0	1	3	17
11	Rizal Nurul Huda	1	3	1	3	0	1	1	3	2	1	16
12	Ahmad Syah S	0	1	3	0	3	0	3	1	0	1	12
13	Gaida	1	1	0	1	3	3	1	0	1	3	14
14	Edwin Nurcahyo	1	1	0	1	3	3	0	0	1	1	11
15	Amry	2	3	3	3	3	1	1	1	0	0	17
16	M. Nasrudin	0	1	3	1	3	0	1	1	3	3	16
17	Khoiru Nurrohman	1	1	2	3	1	0	1	1	3	1	14
18	Irfan Maulana A	1	1	3	2	1	0	3	1	0	0	12
19	Taufik Kurniawan	1	3	0	3	1	1	0	1	3	3	16
20	Mahmud Dwi A	0	1	0	0	1	1	3	3	1	1	11
21	Devani Zulvianto	3	3	1	2	0	1	1	3	1	1	16
22	Muhajir	1	2	1	1	1	3	3	0	1	2	15
23	Izzudin Al Qosam	2	1	0	3	3	1	3	0	0	1	14
24	Afri Setia Diantoro	3	1	0	0	1	2	1	1	3	1	13
Jumlah												336

Lampiran 9. Analisis Data Penelitian Menggunakan SPSS 16.0

Descriptives

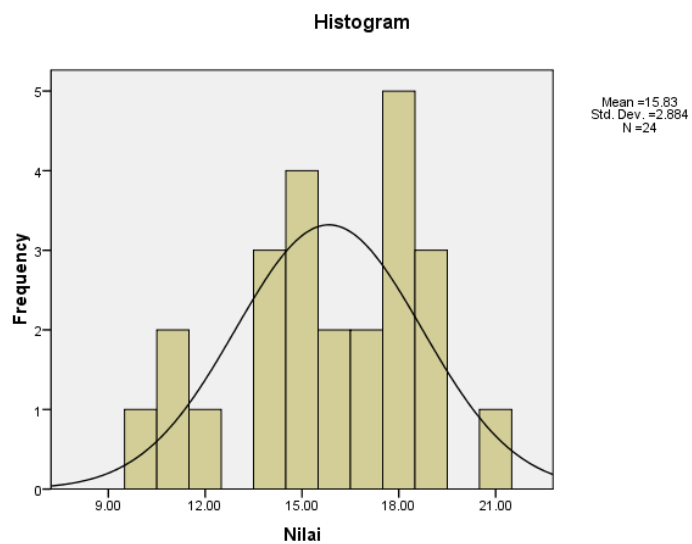
Kaki Bagian Dalam Statistics

Nilai

N	Valid	24
	Missing	0
Mean		15.8333
Std. Error of Mean		.58874
Median		16.0000
Std. Deviation		2.88424
Variance		8.319
Skewness		-.423
Std. Error of Skewness		.472
Kurtosis		-.474
Std. Error of Kurtosis		.918
Range		11.00
Minimum		10.00
Maximum		21.00
Percentiles	10	11.0000
	25	14.0000
	50	16.0000
	75	18.0000
	90	19.0000

Nilai

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 10	1	4.2	4.2	4.2
11	2	8.3	8.3	12.5
12	1	4.2	4.2	16.7
14	3	12.5	12.5	29.2
15	4	16.7	16.7	45.8
16	2	8.3	8.3	54.2
17	2	8.3	8.3	62.5
18	5	20.8	20.8	83.3
19	3	12.5	12.5	95.8
21	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	



Punggung Kaki

Statistics

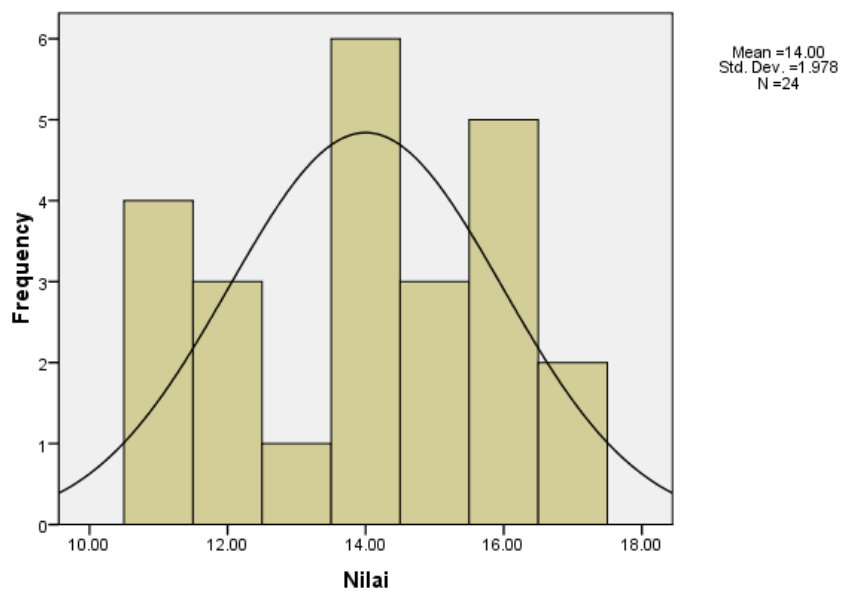
Nilai

N	Valid	24
	Missing	0
Mean		14.0000
Std. Error of Mean		.40379
Median		14.0000
Std. Deviation		1.97814
Variance		3.913
Skewness		-.221
Std. Error of Skewness		.472
Kurtosis		-1.156
Std. Error of Kurtosis		.918
Range		6.00
Minimum		11.00
Maximum		17.00
Percentiles	10	11.0000
	25	12.0000
	50	14.0000
	75	16.0000
	90	16.5000

Nilai

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 11	4	16.7	16.7	16.7
12	3	12.5	12.5	29.2
13	1	4.2	4.2	33.3
14	6	25.0	25.0	58.3
15	3	12.5	12.5	70.8
16	5	20.8	20.8	91.7
17	2	8.3	8.3	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Histogram



Lampiran 10. Hasil Analisi Uji Normalitas

Uji Normalitas

NPar Tests

Chi-Square Test

KakiBagianDalam

	Observed N	Expected N	Residual
10	1	2.4	-1.4
11	2	2.4	-.4
12	1	2.4	-1.4
14	3	2.4	.6
15	4	2.4	1.6
16	2	2.4	-.4
17	2	2.4	-.4
18	5	2.4	2.6
19	3	2.4	.6
21	1	2.4	-1.4
Total	24		

Test Statistics

	KakiBagianD alam
Chi-Square	6.833 ^a
df	9
Asymp. Sig.	.654

a. 10 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 2,4.

PungungKaki

	Observed N	Expected N	Residual
11	4	3.4	.6
12	3	3.4	-.4
13	1	3.4	-2.4
14	6	3.4	2.6
15	3	3.4	-.4
16	5	3.4	1.6
17	2	3.4	-1.4
Total	24		

Test Statistics

	PungungKaki
Chi-Square	5.167 ^a
df	6
Asymp. Sig.	.523

a. 7 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 3,4.

Lampiran 11. Hasil Analisi Uji Homogeitas

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

TendanganPenalti

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.622	1	46	.063

ANOVA

TendanganPenalti

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	40.333	1	40.333	6.595	.014
Within Groups	281.333	46	6.116		
Total	321.667	47			

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Siswa berdo'a bersama guru dan peneliti sebelum melakukan tes



Gambar 2. Siswa bersama peneliti melakukan pemanasan



Gambar 3. Siswa diberi penjelasan oleh peneliti sebelum melakukan tes

\



Gambar 4. Contoh tendangan penalti siswa masuk ke gawang (bidang sasaran A)



Gambar 5. Siswa melakukan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dalam



Gambar 6. Siswa melakukan tendangan penalti menggunakan punggung kaki